

ĂN SÚP GÀ MÁI CÓ THỂ KHIẾN SẢN PHỤ BỊ MẤT SỮA

Sản phụ ngay sau khi sinh con, nếu ăn nhiều súp hoặc thịt gà mái có thể dẫn tới tình trạng thiếu sữa, thậm chí mất sữa gây ảnh hưởng xấu đến sức khỏe của em bé.

Một phụ nữ tại Trung Quốc sau khi sinh con được gia đình chăm sóc rất chu đáo và cất công lặn lội tìm mua ba con gà mái loại ngon về bồi bổ sức khỏe. Chẳng ngờ, sau khi dùng hết số gà kể trên, lượng sữa vốn rất nhiều của sản phụ này dần ít đi và mất hẳn.

Ảnh minh họa: internet

Trường khoa dinh dưỡng, Viện chăm sóc bà mẹ và trẻ em thành phố Nam Kinh (Trung Quốc) Đới Vĩnh Mai cảnh báo các sản phụ sau khi sinh con không nên sử dụng ngay các món ăn được chế biến từ thịt gà mái bởi đây là một trong những nguyên nhân quan trọng gây ra tình trạng ít sữa và thậm chí mất sữa, ảnh hưởng không tốt đến sức khỏe em bé.

Bác sỹ Đới Vĩnh Mai cho biết nhiều người vẫn có thói quen mua gà mái về để bồi bổ sức khỏe cho các sản phụ ngay sau khi sinh con, nhưng đây thực ra là một quan niệm sai lầm.

Sau khi sinh con, lượng hormon sinh dục nữ (tên khoa học Estrogen) trong máu các sản phụ giảm đi rất nhiều. Điều này có tác dụng rất lớn trong việc kích thích cơ thể người mẹ sản sinh ra sữa để nuôi em bé. Do vậy, khi sử dụng các thức ăn chế biến từ thịt gà mái vốn rất giàu Estrogen, sữa của sản phụ sẽ bị ít đi và thậm chí mất hẳn.

Mạng Tin tức Trung Quốc cũng dẫn lời bác sỹ kể trên cho biết thêm, các sản phụ sau khi sinh con nên sử dụng thức ăn được chế biến từ thịt gà trống, đặc biệt là những con gà trống to và khỏe mạnh.

Thịt gà trống ngoài việc chứa nhiều hormon giống đực kích thích cơ thể sản phụ sản sinh ra sữa còn có hàm lượng chất béo thấp, rất tốt cho hệ tiêu hóa vẫn còn non nớt của em bé.